Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./

МЕНЮ

24 сентября 2025 г.

Ясли с 1 до 3-х лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	3,2	4,4	17,1	122	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,4	26	0
Итого			**348**	**4,9**	**8,7**	**33,3**	**233**	**0,4**
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	150	4,7	5,3	23	162	2,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	9,2	22,8	14,2	299	7
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			**480**	**15,9**	**28,4**	**55,7**	**545**	**9,7**
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,2	113	0,5
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,3	6,2	27,9	180	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			**420**	**9,3**	**10,4**	**74,5**	**427**	**0,5**
Всего				**30,1**	**47,5**	**163,5**	**1205**	**10,6**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./



МЕНЮ

24 сентября 2025 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,2	5	23,1	155	0,5
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		9,4	38	0
Итого			**439**	**5,8**	**15,1**	**41,5**	**325**	**0,5**
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	200	7,9	6,8	31,7	223	4,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12	24,4	29,4	386	14,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			**639**	**22,5**	**31,5**	**85,3**	**719**	**18,8**
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,9	3,7	14,8	109	0,5
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,3	6,2	27,9	180	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			**490**	**10,6**	**10,2**	**89,9**	**494**	**0,5**
Всего				**38,9**	**56,8**	**216,7**	**1538**	**19,8**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,